

行动研究理论健康教育联合吞咽康复护理在脑卒中吞咽障碍患者中的应用

胡 婧

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉 430014

摘要:目的: 探讨脑卒中吞咽障碍联合应用行动研究理论健康教育、吞咽康复护理的效果。方法: 2022年1月-2023年12月, 择取80例脑卒中吞咽障碍为对象, 经抽签法分为观察组(行动研究理论健康教育+吞咽康复护理, n=40例)、对照组(常规护理, n=40例)。结果: 护理后, 观察组吞咽功能评分低于对照组($P < 0.05$)、满意度大于对照组($P < 0.05$)。结论: 脑卒中吞咽障碍实施行动研究理论健康教育、吞咽康复护理, 可改善吞咽功能, 提高满意度。

关键词: 脑卒中; 吞咽障碍; 常规护理; 行动研究理论; 健康教育; 吞咽康复护理

脑卒中是常见病, 发生率较高, 危害性较大, 多数患者遗留并发症^[1]。吞咽障碍是常见并发症, 发生率是22% - 65%, 以进食困难与误吸、呛咳等为主^[2]。尽早治疗脑卒中吞咽障碍, 改善患者吞咽功能, 是恢复正常生活, 消除吞咽障碍所致不良影响的关键。但单纯通过治疗并不能有效改善患者吞咽功能, 还需联合科学有效护理, 加快吞咽障碍消除速度。文章着重分析行动研究理论健康教育、吞咽康复护理的联合应用效果, 报道如下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

2022年1月-2023年12月, 择取80例脑卒中吞咽障碍为对象, 经抽签法分为观察组(n=40例)、对照组(n=40例)。观察组: 男22例、女18例, 年龄54-79岁(66.72 ± 5.41)岁, 脑出血20例、脑梗死20例。对照组: 男20例、女20例, 年龄56-77岁(66.95 ± 5.49)岁, 脑出血20例、脑梗死20例。上述资料比较, 未见差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组, 常规护理: 向患者普及脑卒中、吞咽障碍相关知识, 阐述发生原因, 告知积极治疗、康复训练的必要性, 督促患者遵医嘱治疗与训练; 基于患者病情以及吞咽功能, 指导患者饮水、饮食, 及时提供营养支持, 改善患者营养状态; 密切监测患者各项生命体征, 及时发现异常, 及时对症处理。

观察组, 行动研究理论健康教育+吞咽康复护理: (1) 创建小组: 护士长与优秀护士构建小组, 共同回顾脑卒中吞咽障碍医学知识、护理知识, 基于既往护理经验, 分析现有护理方案的不足, 尤其是健康教育、吞咽康复两方面的不足, 详细列出并追本溯源。小组成员共同学习行动研究理论健康教育、吞咽康复护理理论知识与执行原则。基于脑卒中吞咽障碍护理不足, 拟定科学完善的研究理论健康教育+吞咽康复护理方案, 确定可行后, 在临床落实, 要求护士提前学习方案中各项护理技能, 高质量执行护理服务。(2) 健康教育: 基于拟定的吞咽康复措施、计划、注意事项, 将其制作为图文、PPT或视频, 基于此向患者、家属讲解, 介绍吞咽康复实施的原因, 对患者吞咽障碍的预期影响, 吞咽康复行动目标、具体流程、实施频率、注意事项、对患者与家属配合度的需求等等。在丰富患者认知的同时, 列举典型病例, 增强患者、家属对吞咽康复的信任, 构建和谐友好关系, 保证患者在情绪积极状态下参与吞咽康复。在患者吞咽康复期间, 耐心倾听患者感受与想法, 积极与患者互动, 解答每一个疑问, 帮助患者消除怀疑、不安等情绪, 让患者积极参与吞咽康复。同时提供咨询服务, 现场咨询、电话咨询、微信咨询均可, 告知准确咨询时间, 方便有需求患者、家属及时咨询, 进一步了解疾病与吞咽康复。(3) 吞咽康复: a, 口舌操, 通过图文、动画视频、模型现场演示普及口舌操具体流程和各个动作, 包含微笑、闭嘴、张口、吹口哨、鼓气、鼓腮、

咧唇舌、伸舌头、舌头内缩等,一次20-30min,一天3-4次,若患者可耐受,可增加训练次数,充分尊重患者感受;b,冰棒冷刺激,准备大号无菌棉签,基于患者口味喜好,浸入盐水、甜水、酸水、辣水中,置入冰箱迅速冷冻为冰棒,冷刺激前需帮助患者维持坐位,用无菌纱布牵拉患者舌头,取冰棒轻柔拍打舌头前基底、咽喉部位、腭弓部位,控制拍打力度,预防患者发生恶心呕吐感受,还需使用冰棒刺激金津穴、玉液穴,督促患者进行空吞咽操作,一天2次;c,摄食训练,准备软烂食物,一次含量3ml,舀出并送入患者口中,将食物变成片状,让患者直接吞咽,基于吞咽结果指导患者进行低头、声门上吞咽等,督促患者多次进行吞咽与空吞咽,全程监测是否发生咳嗽,基于患者进食情况逐步增加进食量,转变摄入食物性质,一天2次。

两组持续护理3月。

1.3 观察指标

1.3.1 吞咽功能:采用洼田饮水试验^[3]评价,准备30ml温水,通过患者饮用温水的表现进行评分,总分0-8分,越低越好;采用标准吞咽功能评定量表评价,总分18-46分,越低越好。

1.3.2 满意度:采用满意度量表^[4]评价,总分0-30分,0-16分是不满意、16-26分是较满意、26-30分是很满意。

1.4 统计学方法

通过SPSS 26.0软件对比分析。

2. 结果

2.1 各组吞咽功能见表一。

表1 吞咽功能 (n=40例, $\bar{x} \pm s$, 分)

| 组别 | 洼田饮水试验 | | 标准吞咽功能评定量表 | |
|-----|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | 护理前 | 护理后 | 护理前 | 护理后 |
| 观察组 | 5.19 ± 0.67 | 2.06 ± 0.51a | 33.91 ± 2.45 | 25.04 ± 2.13a |
| 对照组 | 5.02 ± 0.61 | 2.74 ± 0.55a | 33.32 ± 2.40 | 28.56 ± 2.30a |
| t值 | 1.1866 | 5.7338 | 1.0880 | 7.1017 |
| P值 | 0.2390 | 0.0000 | 0.2799 | 0.0000 |

注:与同组护理前比较, aP < 0.05。

2.2 各组满意度见表二。

表2 满意度 (n=40例, n/%)

| 组别 | 很满意 (n) | 较满意 (n) | 不满意 (n) | 满意度 (%) |
|------------------|---------|---------|---------|---------|
| 观察组 | 23 | 16 | 1 | 97.50 |
| 对照组 | 15 | 18 | 7 | 82.50 |
| χ ² 值 | - | - | - | 5.0000 |
| P值 | - | - | - | 0.0253 |

3. 讨论

吞咽障碍是典型脑卒中并发症,主要指患者的口腔、食管等多个吞咽器官出现病变,会让患者正常进食发生障碍,继而诱发脱水、吸入性肺炎、营养不良等^[5]。这些不良现象会对脑卒中早期恢复健康造成直接影响,还可延长住院治疗时间,不利于患者身心健康^[6]。故在识别脑卒中吞咽障碍后,积极进行有效治疗与护理,是非常有必要的。行动研究理论健康教育是将批评理论作为基础,积极分析既往护理的不足,通过和患者的有效配合、协作,基于护理现状提出有效解决方案,及时准确解除护理核心问题,分析问题诱发原因,从源头解决问题^[7-8]。但在该过程中,护患需进行有效、充分沟通,才能充分调动患者的主观能动性与康复积极性,获取理想护理效果。吞咽康复护理是基于患者吞咽障碍现状拟定的康复护理方案,综合多项吞咽训练措施,利用相应动作训练可持续增强患者的神经肌肉能力,强化患者舌头、咀嚼肌运动功能,进一步增强患者神经系统兴奋性、吞咽反射弧灵活性,激活不活跃突触,刺激受损神经传导通路,进一步改善患者的吞咽功能。

综上所述,脑卒中吞咽障碍患者联合实施行动研究理论健康教育、吞咽康复护理,可获得显著效果。

参考文献:

- [1] 孟阳,胡川,王珊珊,等.基于BiSSkiT理论的强化咽喉上升电子生物反馈训练联合表面肌电生物反馈对脑卒中恢复期患者吞咽障碍的影响[J].中华物理医学与康复杂志,2023,45(12):1114-1118.
- [2] 张雯,金海涛,王非,等.不同频率电针廉泉穴联合吞咽康复训练对脑卒中吞咽障碍患者疗效及血清BDNF、SP水平的影响[J].西部中医药,2023,36(7):125-129.
- [3] 颜渊红,陈祥科,赵光强.镜像疗法引导的运动想象训练联合体外膈肌起搏器对脑卒中后吞咽障碍病人吞咽功能及生存质量的影响[J].安徽医药,2023,27(11):2229-2232.
- [4] 李淑景,周晓虹,宋东庆.改良吞咽球囊扩张术联合呼吸训练对ICU老年脑卒中后吞咽障碍患者吞咽能力及吸入性肺炎的影响[J].中国老年学杂志,2022,42(8):1813-1815.
- [5] 苏阳,石晶晶,明宝红.酸冰刺激疗法联合吞咽训练治疗脑卒中后吞咽障碍的效果及对呛咳状态和进食情况的影响[J].检验医学与临床,2022,19(12):1706-1708.
- [6] 王鸿雁,李偲,陈佳.超低频rTMS联合吞咽功能训

练对老年脑卒中后吞咽障碍患者舌喉复合体移动度及吞咽功能的影响[J]. 中国医师杂志,2023,25(1):134-136.

[7] 徐婷,曹瀚元,卢悦,等. 在电视 X 线透视吞咽功能检查指导下进行治疗性进食结合吞咽训练对脑卒中后吞咽

障碍患者功能的影响[J]. 中国康复,2023,38(7):397-401.

[8] 曹靖惠,胡秀娟,吴可嘉,等. 行动研究理论健康教育联合吞咽康复护理在脑卒中吞咽障碍患者中的应用[J]. 中华现代护理杂志,2022,28(31):4376-4381.